

ABSTRAKT

Název: Psychomotorický fitness trénink v léčbě poruch nálady.
(Psychomotor fitness training in the treatment of mood disorders)

Cíl práce: Cílem projektu je zjistit, zda dojde ke změně aktuálního psychosomatického stavu jedince po osmi týdenní aplikaci specificky zaměřeného pohybového programu.

Metoda: Skupina šesti pacientů Psychiatrického centra v Praze byla testována pomocí Rosenbergovi škály sebeúcty a Beckovou škálou na míru deprese. Analýza se prováděla pomocí tématické analýzy.

Výsledky: Osvětlují použití navržené terapie v procesu léčby pacientů s psychickými poruchami.

Klíčová slova: Deprese, pohybová aktivita, psychika